

**IDENTIFIKASI FAKTOR PENYEBAB INSOMNIA PADA MAHASISWA
KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH MALANG**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Mencapai Derajat Sarjana Keperawatan (S.Kep) Pada
Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Malang



Oleh:

MUHAMMAD FAJRIANSYAH KURNIAWAN

NIM: 201310420311005

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
2020**

**IDENTIFIKASI FAKTOR PENYEBAB INSOMNIA PADA
MAHASISWA KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU
KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Mencapai Derajat Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Malang



Oleh:

MUHAMMAD FAJRIANSYAH KURNIAWAN

NIM: 201310420311005

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

2020

LEMBAR PERSETUJUAN

**IDENTIFIKASI FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB INSOMNIA PADA
MAHASISWA KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**


SKRIPSI

Disusun Oleh :


MUHAMMAD FAJRIANSYAH KURNIAWAN
NIM. 201310420311005

Skrripsi ini Telah Disetujui untuk Diujikan
pada tanggal Juni 2020


Pembimbing I


Sumardi, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. UMM. 11205080425

Pembimbing II


Edi Purwanto, S.Kep., Ns., MNg
NIP. UMM. 11205010419

Mengetahui,
Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Malang


Nur Lailatul Masruroh, S.Kep., Ns., MNS
NIP. UMM. 11205010421

LEMBAR PENGESAHAN

IDENTIFIKASI FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB INSOMNIA PADA
MAHASISWA KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

SKRIPSI

Disusun Oleh :

MUHAMMAD FAJRIANSYAH KURNIAWAN
NIM. 201310420311005

Disetujui

pada tanggal 7 Juli 2020

Penguji I

Faqih Ruhyanudin M. Kep Sp. Kep. Mb Anis Ika Nur Rohmah M. Kep. Sp. Kep. MB

NIP. UMM. 11203090391

Penguji II

NIP. UMM.180315041988

Penguji III

Subardi, S.Kep., Ns., M.Kep

NIP. UMM. 11205080425

Penguji IV

Edi Prasanto, S.Kep., Ns., MNg

NIP. UMM.11205010419

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Malang



Faqih Ruhyanudin M. Kep. Sp.Kep. MB
NIP. UMM. 11203090391

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Muhammad Fajriansyah Kurniawan

NIM : 201310420311005

Program Studi : Program Studi Ilmu Keperawatan FIKES UMM

Judul Skripsi : Identifikasi Faktor Penyebab Insomnia pada mahasiswa
Keperawatan UMM

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Malang, 7 Juli 2020

Yang Membuat Pernyataan,



Muhammad Fajriansyah Kurniawan
201310420311005

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT karena atas berkat, rahmat, hidayah dan kelimpahan rizki-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Identifikasi Faktor Penyebab Insomnia Pada Mahasiswa Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang”**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep.) pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.

Penulis menyadari bahwa tugas akhir ini dapat terselesaikan berkat bantuan, arahan, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat :

1. Bapak Faqih Ruhyanudin, M.Kep., Sp Kep.MB. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Ibu Nur Lailatul Masruroh, S.Kep., Ns., MNS. selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
3. Bapak Sunardi, S. Kep,Ns., M.Kep. selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Edi Purwanto S.Kep, Ns., MNg selaku Dosen Pembimbing II yang telah membimbing dan meluangkan waktu sampai terselesainya skripsi ini.
5. Bapak Faqih Ruhyanudin, M.Kep., Sp Kep.MB dan ibu Anis Ika Nur Rohmah, M.Kep. Sp.Kep.MB sebagai penguji I dan penguji II yang telah memberikan masukan dan saran-saran untuk melengkapi tugas akhir ini.

6. Kedua orang tua yang selalu mendoakan, memberikan semangat, mendukung baik secara moril maupun materi sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
7. Seluruh Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan yang telah memberikan ilmunya.
8. Teman-teman PSIK A 2013 yang selalu memberi semangat dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Seluruh pihak yang telah membantu penyusunan skripsi.

Penulis menyadari dalam penulisan tugas akhir ini masih terdapat kekurangan dan jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, koreksi dari bapak ibu pembimbing dan penguji serta kritik dari berbagai pihak sangat diperlukan bagi penulis untuk menyempurnakan penulisan. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi masyarakat dan instansi kesehatan.

Malang, Juli 2020
Penulis

Muhammad Fajriansyah Kurniawan
201301420311005

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR KEASLIAN PENELITIAN	iii
KATA PENGANTAR	v
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR	LAMPIRAN
.....	xii
i	
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian	
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.4 Manfaat Penelitian	
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
1.5 Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Insomnia	
2.1.1 Definisi.....	9
2.1.2 Etiologi.....	9
2.1.3 Manifestasi Klinis	10
2.1.4 Faktor Resiko	10
2.1.5 Patofisiologi.....	12
2.1.6 Klasifikasi.....	13
2.1.7 Penatalaksanaan	14
2.2 Konsep Faktor-Faktor Penyebab Insomnia	15
2.3 Konsep Mahasiswa	
2.3.1 Definisi.....	16
2.3.2 Dinamika dan Problematika Mahasiswa	17
BAB III KERANGKA KONSEP PENELITIAN	
3.1 Kerangka Konsep	19
3.2 Penjelasan Kerangka	20
BAB IV METODE PENELITIAN	
4.1 Desain Penelitian	21
4.2 Kerangka Kerja Penelitian.....	21
4.3 Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling	

4.3.1 Populasi Penelitian	23
4.3.2 Teknik Sampling	23
4.3.3 Sampel Penelitian.....	24
4.4 Variabel Penelitian.....	24
4.5 Definisi Operasional	25
4.6 Waktu dan Tempat Penelitian.....	27
4.7 Instrumen Penelitian	29
4.8 Prosedur Pengumpulan Data.....	28
4.9 Pengolahan Data dan Analisis Data	
4.9.1 Pengolahan Data.....	30
4.3.2 Analisis Data	31
4.10 Etika Penelitian	32
 BAB V HASIL PENELITIAN	
5.1 Karakteristik Responden	33
5.2 Data Demografi	35
 BAB VI PEMBAHASAN	
6.1 Identifikasi Faktor-Faktor Penyebab Insomnia	41
6.2 Keterbatasan Penelitian	46
6.3 Implementasi Keperawatan.....	46
 BAB VII PEMBAHASAN	
7.1 Kesimpulan.....	48
7.2 Saran	49
 DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN	53

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Tabel Definisi Operasional Variabel Penelitian	26
Tabel 5.1 Tabel Karakteristik Responden	34



DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Kerangka Kerja Penelitian	22
--	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian	53
Lampiran 2 Kuesioner Insomnia Severity Index.....	56
Lampiran 3 Lembar Konsultasi I.....	60
Lampiran 4 Lembar Konsultasi II.....	61
Lampiran 5 Lembar Acc Judul.....	64
Lampiran 6 Hasil Deteksi Plagiasi I	65
Lampiran 7 Hasil Deteksi Plagiasi II.....	66
Lampiran 8 Surat Izin Penelitian	67
Lampiran 9 Surat Selesai Melakukan Penelitian	68
Lampiran 10 Jawaban Kuesioner.....	69
Lampiran 11 Curriculum vitae.....	70
Lampiran 12 Hasil Persentase Kuesioner.....	71
Lampiran 12 Google Form.....	73



DAFTAR PUSTAKA

- Anggara, M. Y., & Annisa. (2019). Hubungan Jenis Kelamin Terhadap Simtom Insomnia Pada Mahasiswa Yang Sedang Melakukan Penulisan Skripsi Di FK UMSU. *Anatomica Medical Journal*, 1-10.
- Anggraeni, D.M., & Saryono. (2013). *Metodologi Penelitian Kualitatif dan. Kuantitatif dalam Bidang Kesehatan*. Nuha Medika, Yogyakarta.
- APA. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed)*. Washington DC: APA.
- Arikunto, S., (2002). *Metodologi Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Aysan, E., Karaköse, S., Zaybak, A., & Günay-Ismailoğlu, E. (2014). Sleep quality among undergraduate students and influencing factors. *DEUHYO ED*, 193–198
- Gaultney, J. F. (2010). The Prevalence of Sleep Disorders In College Student: Impact on Academic Performance. *Journal of American College Health* , 91-99.
- Gellis, L. A., & Park, A. (2013). Nighttime thought control strategies and insomnia severity. *Cognitive Therapy and Research*, 37, 383–389
- Gunes, Z., & Arslantas, H. (2017). Insomnia In Nursing Student And Related Factors: A Cross-Sectional Study. *International Nursing Journal Practice*, 1-10.
- Hasmi. (2016). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jayapura: InMedia.
- Hidaayah, N., & Alif, H. (2016). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Terjadinya Insomnia Pada Wanita Premenopause Di Dusun Ngablak Desa Kedungrukem Kecamatan Benjeng Kabupaten Gresik. *JIK*, 69-76.
- Khairani, M. (2017). Pengaruh Minuman Kopi Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa/i Angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara. *Repositori Institusi USU*, 27 - 30.
- Levenson, J. C., Kay, D. B., & Buysee, D. J. (2014). *The Pathophysiology of Insomnia*. Pittsburgh: CHEST.
- Lund, H. G., Reider, B. D., Whiting, A. B., & Prichard, J. R. (2010). Sleep patterns and predictors of disturbed sleep in a large population of college students. *The Journal of Adolescent Health*, 46(2), 124–132

- Morin, M.C., Belleville, G., Bélanger, L., Ivers, H. (2011). *The Insomnia Severity Index: Psychometric Indicators to Detect Insomnia Cases and Evaluate Treatment Response*. SLEEP, 601-609.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerepan metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Perlis, M. L., & Gehram, P. (2013). *Types of Insomnia*. Philadelphia: Elsevier.
- Qurrota'yun, S. (2018). Hubungan Lama Penggunaan Gadget Sebelum Tidur Dengan Gejala Insomnia Pada Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat. *Skrripsi*, 5 - 10.
- PPRI. (1990). *Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 30 Tahun 1990 Tentang Pendidikan Tinggi*. Jakarta: Pemerintah RI.
- Sarı, Ö. Y., Üner, S., Büyükakkuş, B., Bostancı, E. Ö., Çeliksöz, A. H., & Budak, M. (2015). Bir üniversitenin yurttaki öğrencilerinde uyku kalitesi ve etkileyen bazı faktörler [Sleep quality and some factors affecting sleep quality in the students living in the residence hall of a university]. *Prev Med Bul*, 14(2), 93–100.
- Saygılı, S., Çil, Akıncı, A., Arıkan, H., & Dereli, E. (2011). Sleeping quality and fatigue among university students. *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 88–94.
- Sasai, T., Inoue, Y., Komada, Y., Nomura, T., Matsuura, M., & Matsushima, E. (2010). Effects of insomnia and sleep medication on health-related quality of life. *Sleep Medicine*, 11, 452–457.
- Şenol, V., Soyuer, F., Pekşen-Akca, R., & Argun, M. (2016). The sleep quality in adolescents and the factors that affect it. *Kocatepe Tıp Dergisi*, 14, 93–102.
- Singleton, R. A., & Wolfson, A. R. (2009). Alcohol consumption, sleep, and academic performance among college students. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 70(3), 355–363.

- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Susanti, L. (2015). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Insomnia Di Poliklinik Saraf RS DR. M. Djamil Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 951-957.
- Swanenghyun G (2015). 'Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Insomnia Severity Index Versi Indonesia (ISI-INA) pada Remaja Jalanan di Yogyakarta'. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Kedokteran, Universitas Gadjah Mada
- Tamura, H., Nishida, T., Tsuji, A., & Sakakibara, H. (2017). Association between Excessive Use of Mobile Phone and Insomnia and Depression among Japanese Adolescents. *International journal of environmental research and public health*, 14(7), 701.
- Tan, Y., Chen, Y., Lu, Y., & Li, L. (2016). Exploring associations between problematic internet use, depressive symptoms and sleep disturbance among southern Chinese adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 313.
- Ulfiana, N. (2018). Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Jurusan Keperawatan. *Skripsi*, 60 - 65.
- Üstün, Y., Çinar, & Yücel, Ş. (2011). The investigation of sleep quality of nurses. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*, 4(1), 29-38.
- Vail-Smith, K., Felts, W. M., & Craig, C. (2009). Relationship between sleep quality and health risk behaviors in undergraduate college students. *College Student Journal*, 43(3), 924-930.
- Wulan, D. A., & Abdullah, S. M. (2014). Prokrastinasi Akademik Dalam Penyelesaian Skripsi. *JSH*, 55-74.



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
Kampus II : Jl. Bendungan Sutami No.188 A, Tlp. (0341) 551149
Fax. (0341) 582060 Malang 65145

HASIL DETEKSI PLAGIASI

Berdasarkan hasil tes deteksi plagiasi yang telah dilakukan oleh Biro Tugas Akhir Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang, yang telah dilaksanakan pada hari dan tanggal 24 Juni 2020 pada karya ilmiah mahasiswa dibawah ini :

Nama : Muhammad Fajriansyah Kurniawan
NIM : 201310420311005
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Bidang Minat : Dasar
Judul Naskah : Identifikasi Faktr-Faktor Penyebab Insomnia Pada Mahasiswa Keperawatan UMM

Jenis Naskah : Skripsi / Naskah Publikasi/ Lain - Lain
Keperluan : Mengikuti Ujian Seminar Hasil
Hasil dinyatakan : **MEMENUHI / TIDAK MEMENUHI SYARAT*** dengan rincian sebagai berikut

No.	Jenis Naskah	Maksimum Kesamaan	Hasil Deteksi
1.	Bab 1 (pendahuluan)	10	8
2.	Bab 2 (tinjauan pustaka)	25	25
3.	Bab 3 dan 4 (kerangka konsep dan metodologi)	35	28
4.	Bab 5 dan 6 (hasil dan pembahasan)	15	10
5.	Bab 7 (kesimpulan dan saran)	5	0
6.	Naskah Publikasi	25	

Keputusan : **LOLOS / TIDAK LOLOS** plagiasi

Mengetahui,
Biro Skripsi Program Studi S1 Ilmu Keperawatan

Indri Wahyuningsih, S.Kep., Ns



Malang, 29 Juni 2020
Petugas Pengecek Plagiasi

Imam Syafi'i